

## 如何照護流患者

### 多休息、多喝水、仔細留意

- 休息非常重要。讓病人儘可能保持舒適。
- 讓病人多喝水。
  - 讓病人多次少量攝入流體，即使未覺得口渴。
  - 注意脫水跡象。脫水者會身體虛弱或是無反應，或小便量少
  - 請參閱下面的「水分和營養部分」，瞭解患者嘔吐時的處理方法資訊。
- 仔細留意併發症。病人若出現如下症狀，應立即致電醫師：
  - 呼吸困難或呼吸急促
  - 皮膚或嘴唇發青
  - 開始咳血
  - 說自己胸悶或胸痛
  - 出現脫水跡象且無法攝入足量流體
  - 精神混亂或不能恰當作出反應
  - 抽搐
  - 有好轉跡象後再次加重
  - 不到兩個月的嬰兒出現發燒、餵食困難、每天小便次數不足三次，或其他病症

### 藥物

- 用異丁苯乙酸(ibuprofen)、乙醯氨基酚(acetaminophen)或其他藥物應對發燒、喉嚨痛和一般不適症狀。
- 患流感的兒童或青少年不要服用 aspirin，因為其可能引發雷爾氏綜合症，這種病症可能危及生命。

### 流體和營養

- 如果病人不願進食固體食物，包括含糖和鹽的流體，如肉湯、運動飲料(以1:1比例加水稀釋)和蘇打，但不是膳食湯飲。
- 如果病人嘔吐，至少1小時內不要攝入任何流體或食物。之後飲用少量純流體。每次患者嘔吐後讓胃休息一小時，然後再飲用更多的流體。
- 有嘔吐症狀的哺乳期幼兒可繼續哺乳，但應減少哺乳量。

欲瞭解更多詳細資訊，請瀏覽：[www.kingcounty.gov/health](http://www.kingcounty.gov/health)